

Sei gut zu deinem Körper - auch zu deinen Narben!

Harald Wally, optimistisch und positiv gestimmt wie immer, stürmt unsere kleine Redaktion: „Ich muss euch von der Grazer Messe erzählen!“ Dort hat er nämlich in den vergangenen Tagen für seine Ansichten, Methoden und Erkenntnisse geworben. Und festgestellt, dass zahlreiche Aussteller sich mit Produkten für ein ganzheitliches Gesundheitswesen befasst haben, und – noch viel wichtiger! – zahllose Messebesucher sich höchst interessiert und informiert zeigten. Wally: „Ein Thema, auf das ich sehr oft angesprochen worden bin, müssen wir diesmal in LEIBNITZ AKTUELL bearbeiten: Die Behandlung von Narben.“ – Aber Harald, darüber haben wir vor einigen Monaten einen Beitrag gemacht... - „Nein, wir haben das Thema nur am Rande berührt, wir müssen tiefer in die Materie eindringen!“ Ich kenne diesen Tonfall – Widerspruch ist

zwecklos, so sprich denn, geschätzter Energie-Masseur! Und er erklärt mir, warum ihm der Punkt so wichtig ist: „Die Chinesen stellen sich eine Narbe als wirklichen Störungsherd vor, als ganz konkrete Unterbrechung der Energieflüsse – wie einen Damm, vor dem sich Wasser staut, und hinter dem nur wenig weiter fließt. Dies kann sich auf alle, auch weit entfernt lie-

einträchtig. Wozu zu sagen ist, dass sich in der westlichen Medizin der letzten Jahrzehnte in Bezug auf Narben vieles geändert hat: Einerseits werden eben die Erkenntnisse fremder Heiltraditionen heute durchaus sehr ernst genommen, andererseits ist der Arzt auch aus kosmetischen Gründen bemüht, bei Unfällen, Verletzungen und selbstverständlich Operationen

sie hart und ungeschmeidig? Spüre ich sie gar bei Wetterwechsel? Hat sie ein vermindertes Hautgefühl, ist sie gefühllos oder taub? Oder aber ist sie bzw. die umliegende Haut deutlich empfindlich für Zug, Druck, Kneifen oder Verschieben?

Wenn einer oder mehrere dieser Punkte zutreffen, sollten Sie zu einem guten Arzt, Therapeuten oder Masseur gehen und sich besagte Anleitung geben lassen. Diese läuft darauf hinaus, durch sanftes Streichen in Richtung der Energieflüsse das Gewebe zu „öffnen“. Die Richtung ist essentiell, das Streichen soll auf beiden Seiten der Narbe sowie auf ihr selbst durchgeführt werden und bedarf genauer Schulung. Harald Wally hat selber von einer Bänderoperation in seiner Jugend eine riesige Narbe am Knie, die er jahrzehntlang als gegebene Tatsache schlicht ignoriert hat. „Ich habe selber gestaunt, als ich – nach immerhin etwa 20 Jahren – begonnen habe, täglich ein paar Minuten das Gewebe dort zu massieren. Es ist viel elastischer geworden, also ist es für eine Behandlung nie zu spät. Allerdings muss diese dann auch konsequent und konstant durchgeführt werden! Ich merke es sofort, wenn ich einmal ein paar Tage darauf vergesse.“ Hilfreich bei der Behandlung ist eine „Energieleitcreme“. Es gibt verschiedene Fabrikate – fragen sie einen Fachmann. Bei besonders schweren Vernarbungen etwa im Bauchraum sollten Sie außerdem eine Schallwellentherapie in Betracht ziehen. Dabei werden Frequenzen zwischen 100 und 400 Hertz erzeugt (also im hörbaren Bereich), wodurch die körpereigenen Zellen in Schwingung versetzt und somit der Zellenstoffwechsel angeregt und unterstützt wird.

R. Herbolzheimer



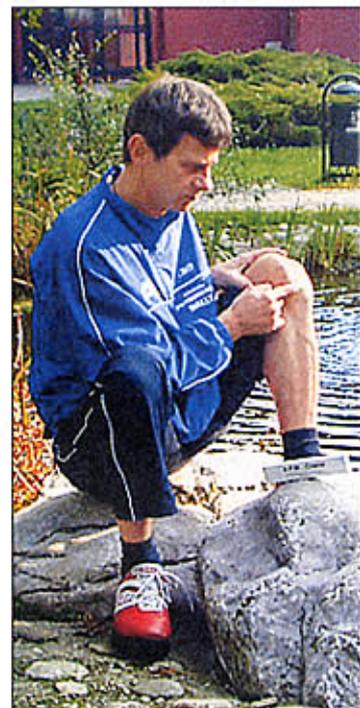
Jede Narbe ist wie „ein Damm“, der den Energiefluss stoppt.

gende Körpersysteme negativ auswirken.“

Deshalb ist das Ziel asiatischer Narbenbehandlung, diesen Fluss wiederherzustellen, die Akupunkturpunkte vor und hinter einer Narbe wieder zu verbinden. Im alten China wurden Narben von den Doktoren mit Goldfolie überbrückt! Westliche Ärzte haben prosaischere Formulierungen, bezwecken aber im Grunde dasselbe – sie sagen, es gelte ein weiches, verschiebbares Narbengewebe zu erreichen, das sich elastisch vom darunter liegenden Bindegewebe abheben lässt, optisch nicht stört und die umliegenden Gelenke in ihrer Beweglichkeit nicht be-

das Gewebe möglichst schonend zu behandeln, so dass Verklumpungen, Verhärtungen und Verknotungen der Gewebeschichten – also Narben – möglichst zu vermeiden werden.

Nun muss man natürlich nicht jeden kleinen Kratzer auf der Haut problematisieren, aber ein paar Fragen, die man sich leicht beantworten kann, geben Hinweis darauf, ob eine Narbe behandelt werden muss. Die gute Nachricht ist, dass man das nach kurzer Anleitung mit wenig Aufwand selber tun kann. Die Fragen: Hebt sich eine Narbe in der Farbe und/oder als Erhebung oder Vertiefung deutlich von der umliegenden Haut ab? Ist



Harald Wally nimmt sich täglich Zeit für die Narbenbehandlung.